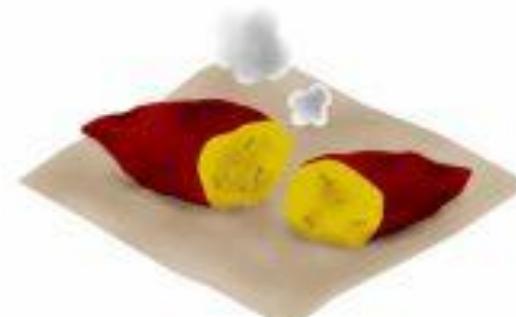


11/1(土)~11/15(土)普通食献立表(昼) 高齢者配食サービス

手作りの秋田屋食品

TEL 058-246-6337

1日(土)	2日(日)	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)
<ul style="list-style-type: none"> ★ ホッケの塩焼き ★ ワンタンと春雨の中華煮込 ★ なすの揚げ浸し ★ 竹輪の煮物 ★ 大芋芋 ★ 白飯 <p>塩分 3. 1g 648kcal</p>	休	<ul style="list-style-type: none"> ★ メバルの煮付 ★ 白菜と肉団子の中華風旨煮 ★ 煮なます ★ チンゲン菜としらすの炒め物 ★ 蓮根の土佐煮 ★ 白飯 <p>塩分 3. 1g 600kcal</p>	<ul style="list-style-type: none"> ★ 豚しゃぶ ★ アジフライ ★ ウィンナーのケチャップ炒め ★ アスパラとしめじの和え物 ★ 茄子の揚げ浸し ★ 白飯 <p>塩分 3. 3g 639kcal</p>	<ul style="list-style-type: none"> ★ カレイの葱ソース ★ ピーフンと挽肉の炒め物 ★ ひじきの煮物 ★ 紺さやのカニ和え ★ 五目豆の煮物 ★ 白飯 <p>塩分 3. 1g 638kcal</p>	<ul style="list-style-type: none"> ★ 酢豚 ★ エビカツ ★ もやしとベーコンの炒め物 ★ 金平牛蒡 ★ 竹輪のたらこ和え ★ 白飯 <p>塩分 3. 2g 640kcal</p>
<ul style="list-style-type: none"> ★ 焼肉 ★ 白身フライ ★ ほうれん草の白和え ★ 切干大根の煮物 ★ ミートボール ★ 白飯 <p>塩分 3. 3g 650kcal</p>	<ul style="list-style-type: none"> ★ すき焼き風煮物 ★ 鮭の塩焼き ★ れんこんの金平 ★ インゲンのお浸し ★ きのこの当座煮 ★ 白飯 <p>塩分 3. 3g 618kcal</p>	休	<ul style="list-style-type: none"> ★ ハンバーグ ★ スパゲティ ★ かぼちゃのいとこ煮 ★ ブロッコリーの和え物 ★ スナップエンドウの胡麻和え ★ 白飯 <p>塩分 3. 3g 640kcal</p>	<ul style="list-style-type: none"> ★ 豚の南蛮漬 ★ 野菜の卵とじ ★ インゲンと厚揚げの旨煮 ★ コンニャクのピリ辛煮 ★ ツナときゅうりの和え物 ★ 白飯 <p>塩分 3. 5g 634kcal</p>	<ul style="list-style-type: none"> ★ かぶと里芋のそぼろあん ★ メバルの煮付 ★ 法蓮草のお浸し ★ がんもの煮付 ★ あさりとネギの味噌和え ★ 白飯 <p>塩分 3. 5g 602kcal</p>
<ul style="list-style-type: none"> ★ 鶏の唐揚 ★ 八宝菜 ★ ぜんまいの煮付 ★ 竹輪の胡麻和え ★ コーンサラダ ★ 白飯 <p>塩分 3. 5g 623kcal</p>	<ul style="list-style-type: none"> ★ 卵の花 ★ 串カツ ★ ベーコンとれんこんの炒り煮 ★ 小松菜の和え物 ★ 中華春雨 ★ 白飯 <p>塩分 3. 5g 625kcal</p>	<ul style="list-style-type: none"> ★ 焼きピーフン ★ 鮭の塩焼き ★ カブの柚子酢漬け ★ さつま芋と切昆布の煮物 ★ 紺さやのお浸し ★ 白飯 <p>塩分 3. 5g 620kcal</p>		<p>※お願い ・食品衛生上、当日午後1時までにお召し上がり下さい ・材料入手の関係で多少変更させて頂くことがあります</p>	